



11. Cross Triathlon Friedrichroda  
 Friedrichroda / Thüringen / 15.07.2012

□□□□

Bodystyle-Sportsfood

□□□: 2:47:41

□□: 530

□□: 38.60 km

Staffel Cross Triathlon (0.6/28,0/10,0 km)

□□□□□: 16 (of 46)

□□□□□□: 2:10:59

□□□□:

□□□□□: 16(of 46)

Cross Triathlon Staffel

□□□□□□□: 2:10:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□	km	□□	min/km	-	-	□□□	□□□
Schwimmen	0.60	14:14	23:43	22	3:52	22	3:52	0.60	14:14	23:43	47	1:33	47	1:33
Schwimmen □□□	0.60	14:14												
Rad	28.00	1:43:28	3:41	18	43:22	18	43:22	28.60	1:57:42	4:06	46		46	
Rad □□□	28.00	1:43:28												
Lauf	10.00	49:59	4:59	27	15:08	27	15:08	38.60	2:47:41	4:20	18	54:44	18	54:44
Lauf □□□	38.00	2:47:41												